

ཨ། ལྷན་ཁྱེད་ལ་འདོན།

THE DAILY PRAYERS

LATRI NYIMA DAKPA RINPOCHE



YERU BÖN CENTER

གཡས་རུ་ལོན་གྱི་སྒྲུབ་མེ

མཉམ་མེད་གསོལ་འདེབས།

NYAMMED SOLDEB

Prayer of Nyammed Sherab Gyaltsen

བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ཀུན་བཟང་རྒྱལ་བ་འདུས།

DÉ CHEN GYAL PO KÜN ZANG GYALWA DÜ

King of Great Bliss, embodiment of Kunzang Gyalwa Dupa,

མི་བརྗེད་གཟུངས་ལྷན་ཤེས་རབ་སྤྲེལ་བའི་སེང་།

MI JÉD ZUNG DEN SHÉRAB MAWÉ SENG

Wisdom Deity Mawe Senge, Lion of Speech, who realized the
unforgetting wisdom,

འཇམ་གླིང་བོན་གྱི་གཙུག་བརྒྱན་མཉམ་མེད་པ།

DZAM LING BÖN GYI TSUG GYEN NYAMMÉ PA

You are the unequaled crown ornament of the Bön world.

ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

SHÉRAB GYAL TSEN ZHABLA SOLWA DEB

To Sherab Gyaltsen, I pray and pay homage.

སྐྱབས་འགྲོ།

KYABDRO

Taking Refuge

བདག་དང་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

DAG DANG DROWA SEM CHÉ TAM CHÉ KYI

I, with all sentient beings,

སྐྱབས་ཀྱི་དང་པོ་སྤྲ་མ་དམ་པ་ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།

KYAB KYI DANG PO LAMA DAMPA NAM LA KYAB SU CHIO

Take refuge first in the Supreme Lamas of refuge,

སངས་ཀྱིས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།

SANG GYÉ LA KYAB SU CHIO

Take refuge in the Enlightened Ones,

བོན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

BÖN LA KYAB SU CHIO

Take refuge in the Eternal Bön,

གཤེན་རབ་གཡུང་རླང་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།

SHENRAB YUNGDRUNG SEM PÉ TSOK NAM LA KYAB SU CHIO

Take refuge in the assembly of Yungdrung Sempa,

བཀའ་སློངས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབལ་མོ་ལ་སོགས་བསྟན་སྲུང་ཡེ་ཤེས་པའི་ལྷ་ཚོགས་ནམས་ལ་
སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

KA KYONG YÉ SHÉ KYI WAL MO LA SOK TEN SUNG YÉ SHÉ

PÉ LHA TSOK NAM LA KYAB SU CHIO

Take refuge in the hosts of Wisdom Deities, Guardians, and
Protectors of the Teachings.

མེམ་པ་སྐྱེད།

SEM KYED

Generating [Enlightened] Mind

ལ་མ་སངས་རྒྱལ་བོན་དང་གཤེན་རབ་ལ།

LAMA SANGGYÉ BÖN DANG SHENRAB LA

Lama, Enlightened Ones, Bön, and Shenrab,

བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར་དུ་བདག་སྐྱབས་མཆི།

JANG CHUP MA TOP BAR DU DAG KYAB CHI

In whom I take refuge until the attainment of enlightenment,

མར་གྱུར་འགོ་ན་མས་སེད་མཆོར་ལས་སྒྲོལ་བྱིར།

MAR GYUR DRO NAM SI TSOR LÉ DRAL CHIR

To liberate all sentient beings, those who had once been my mother,
from the Ocean of Cyclic Existence,

བདག་ནི་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་མེམ་པ་སྐྱེད་དོ།

DAG NI JANG CHUP CHOK TU SEM KYÉ DO

I generate the Supreme Mind of Enlightenment.

མོན་ལམ།

MÖNLAM

Aspirational Prayer

མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག
KHA NYAM SEMCHEN TAM CHÉ DEWA DANG DEWÉ GYU DANG
DEN PAR GYUR CHIG

May all beings everywhere, as pervasive as space, have bliss and the cause for happiness.

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག
SEMCHEN TAM CHÉ DUG NGAL DANG DUG NGAL GYI GYU DANG
DRALWAR GYUR CHIG

May all sentient beings be free from suffering and its cause.

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དེ་དང་རྒྱན་དུ་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག
SEMCHEN TAM CHÉ DUG NGAL MÉD PI DEWA DÉ DANG
GYÜNDU MI DRALWAR GYUR CHIG

May all sentient beings be inseparable from happiness and free from suffering forever.

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྤྱག་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བདེ་སྤྱལ་ཆད་མེད་པ་ལ་སེ
མས་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།

SEMCHEN TAM CHÉ DÉ DUG NYI DANG DRELWÉ TANG NYOM
TSÉ MÉ PA LA SEM NÉ PAR GYUR CHIG

May all sentient beings be free from pleasure and pain, and mentally abide in equanimity.

ལ་མའི་ནལ་འབྱོར།

LAMÉ NALJOR

Lamé Naljor

ཁྱི་གཙུག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ།

CHI TSUG DEWA CHEN PÖ PHO DANG DU

In the Palace of Great Bliss on my crown,

དྲིན་ཅན་ཙ་མ་བའི་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

DRIN CHEN TSAWÉ LAMA LA SOLWA DEB

I pray to the gracious Root Lama,

སངས་རྒྱས་སེམས་སུ་སྟོན་པ་རིན་པོ་ཆེ།

SANGGYÉ SEM SU TÖNPA RINPOCHÉ

The Jewel who introduces the Enlightened One within the Mind.

རང་ངོ་རང་གིས་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས།།

RANG NGO RANG GI SHÉ PAR JIN GYI LOB

Bless me to recognize my own Nature of Mind.

སྐྱབས་རྒྱལ་རིམ་གྱི་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་གསོལ་འདེབས།

KYAPJÉ MENRI TRIZIN RINPOCHÉ CHOGGI SOLDEB

Prayer to His Holiness, Most Precious [33rd] sMenri Trizin

ཨེ་མ་ཏོ། རབ་འབྱམས་ཕྱོགས་བརྒྱའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་གྱི།

E MA HO RAB JAM CHOG CHÜ GYALWA SÉ CHÉ KYI

E MA HO Oh, son of the entire assembly of the Enlightened Ones of the Ten Directions,

མཁྱེན་བརྩེའི་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་གཅིག་བསྐྱས་པའི།

CHEN TSÉ YÉ SHÉ NGOWO CHIK DÜ PÉ

Their wisdom and compassion are collected and condensed in a single essence in you.

ཟབ་རྒྱས་གཤེན་བསྟན་སྤེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་ཅན།

ZAB GYÉ SHEN TEN PELWÉ TRIN LÉ CHEN

Possessor of the enlightened activities of the profound, expanded, increasing teachings of Tonpa Shenrab,

ལུང་རྟོགས་བསྟན་པའི་ཉི་མར་གསོལ་བ་འདེབས།

LUNG TOK TEN PÉ NYI MA SOLWA DEB

To you, Lungtok Tenpai Nyima, I pray and pay homage.

ལྷོ་བུ་རྒྱལ་པོ་འཛིན་སོ་བཞི་པ་ལྷུང་རྟོགས་སྒྲ་བ་དར་བྱས་རིན་པོ་ཆེར་གསོལ་འདེབས།
KYAPJÉ MENRI TRIZIN SOZHIPA LUNGTOK DAWA DARGYÉ
RINPOCHE SOLDEB

Prayer to His Holiness, Lungtok Dawa Dargye Rinpoche,
[34th] sMenri Trizin

ཨེ་མ་ཏོ། གྱེར་བསྟན་རིན་ཆེན་མཆན་ཡང་ལྷོག་བའི་ཞིང་།

E MA HO GYER TEN RIN CHEN TSEN YANG DOK PÉ ZHING

E MA HO In a place where even the name of the precious teachings
had ceased,

ལྷུང་རྟོགས་པད་མའི་དགའ་ཚལ་བཞད་པའི་མགོན།

LUNG TOK PÉ MÉ GA TSEL ZHÉ PÉ GÖN

Teachings and realizations blossomed in the lotus garden of the
spiritual leader.

འཕྲིན་ལས་ཏྲ་བདུན་སྒྲ་བ་གཤེགས་པའི་རྗེས།

TRIN LÉ TA DÜN NANG WA SHEK PÉ JÉ

Following the enlightened activities of the previously manifested
sun,

ཆ་རྟོགས་སྒྲ་བའི་མགོན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

CHA DZOK DA WÉ GÖN LA SOLWA DEB

I pay homage to the accomplished leader, like the perfect moon.

སྐྱུབས་རྗེ་སྤྲན་རིའི་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་གསོལ་འདེབས།

KYAPJÉ MENRI YONGDZIN RINPOCHÉ CHOGGI SOLDEB

Prayer to His Eminence, Precious Teacher of sMenri

ཨེ་མ་ཏོ། བསྐྱབ་གསུམ་བསྟན་པའི་བདག་ཉིད་འགྲོ་བའི་མགོན།

E MA HO LAP SUM TEN PÉ DAG NYI DROWÉ GÖN

E MA HO Great Being that reveals the three trainings, protecting
wandering beings,

ཀུན་མཁྱེན་ཉི་དབང་ནམ་རྩལ་དགོངས་རྩལ་རྫོགས།

KÜN CHYEN NYI WANG NAM RÖL GONG TSEL DZOG

Emanation of Omniscient Nyi Wang, perfecting with the wisdom of
primordial mind,

མདོ་སྡེ་སྤྲགས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་རྫོགས་པ་ཆེ།

DO DÉ NGAG KYI NÉ LUK DZOG PA CHÉ

Perfectly abiding in the nature of sutra, tantra, & dzogchen,

བསྟན་པ་འཛིན་སྐྱོང་འཕྲིན་ལས་ནམ་པར་དག།

TEN PA DZIN CHYONG TRIN LÉ NAM PAR DAK

Pure action of holding lineages, preserving, and expanding the
teaching of eternal Bön,

ཡོངས་འཛིན་སྤྲན་བའི་དབང་པོར་གསོལ་བ་འདེབས།།

YONG DZIN NA WE WANG POR SOLWA DEB

To the Great Yongdzin, I pray and pay homage.

ལྷ་ཁྱིམ་ལན་པོ་ཉིམ་གྲགས་པའི་ཞབས་བནྟན།

LATRI KHENPO NYIMA DRAKPÉ ZHAPTEN

Long Life Prayer for Latri Khenpo Nyima Dakpa

ཨེ་མ་ཧོ། བྱམས་བརྩེ་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་སྒྲུང་བ་ཡིས།

E MA HO JAM TSÉ YÉ SHÉ CHEN PÖ NANGWA YI

E MA HO Your compassion and great wisdom are luminous rays

ཉོན་མོངས་དུ་ཁས་གདུང་བའི་སྤྱེ་འགྲོའི་ཆོགས།

NYÖN MONG DU KHÉ DUNGWÉ KYÉ DRÖ TSOK

That liberate sentient beings who dwell in suffering due to ignorance

མོངས་པའི་སྒྲག་རུམ་འཕྲག་པོ་པ་མཐར་བྱས།

MONG PÉ MAK RUM TUK PO PA TAR JÉ

From the dense fog and immense darkness of unawareness.

འདྲེན་མཆོག་ལྷ་མའི་ཞབས་པད་བནྟན་གྱུར་ཅིག།

DREN CHOK LA MÉ ZHAP PÉ TEN GYUR CHIG

Lama, supreme guide, may you live forever!

མཆོལ་འབུལ་བ།

MANDAL BÜLWA

Mandala Offering

ཨེ་མ་འབྱུང་ལྗེའི་སྒྲིང་དུ་རི་རབ་རི་བདུན་དང་།

É MA JUNG NGÉ TENG DU RI RAB RI DÜN DANG

On top of the Five Elements, Mount Meru, and the Seven Circling Mountains,

སྒྲིང་བཞི་སྒྲིང་ཕྱན་ཕྱི་ནང་འདོད་ཡོན་བཅས།

LING ZHI LING TREN CHI NANG DÖ YÖN CHÉ

Together with internal and external objects of enjoyment of the Four Continents and the subcontinents,

ཉི་ཟླས་བརྒྱན་པ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་འདི།

NYI ZHI GYEN PA JEWÄ TRAG GYA DI

And countless Universes decorated with Sun and Moon,

བདག་གི་སྒྲོས་སྒྲངས་འབུལ་ལོ་བཞེས་སུ་གསོལ།།

DAG GI LÖ LANG BÜL LO ZHÉ SU SOL

Please accept this offering from the core of my heart.

བསྐྱོད་ལྟོག་

Ngo MöN

Dedication Prayer

After every practice session, always recite the Dedication Prayer and dedicate the merit generated for the sake of all sentient beings, including yourself.

སྒོ་གསུམ་དག་པའི་དགེ་བ་གང་བགྱིས་པ།

GO SUM DAK PÉ GEWA GANG GYI PA

Whatever pure deeds and virtues done through the Three Doors,

ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྐྱོ།

KHAM SUM SEM CHEN NAM KYI DÖN DU NGO

I dedicate on behalf of all beings of the Three Realms.

དུས་གསུམ་བསགས་པའི་ལས་སྒྲིབ་ཀྱན་བྱང་ནས།

DÜ SUM SAK PÉ LÉ DRIP KÜN JANG NÉ

By purifying all accumulated karmic defilements of the Three Times,

སྐྱུ་གསུམ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག །

KU SUM DZOK PÉ SANG GYÉ NYUR TOP SHOG

May we quickly attain the perfect state of the Three Enlightened Bodies.